



11. oktober 2015

PM



Start Fri start mellom 09:00 og 10:00. Minimum 1 minutt startintervall per løype. Start er ved samlingsplass. Ingen startpost.

Mål Målsposten er Tryggvasonsstatuen. Avlesning av brikken gjøres ved Scenen (Ufoen).

Slutt Postene samles inn fra kl 11:30.

Trafikk Det er ingen eller liten trafikk i løpsområdet på det tidspunktet løpet pågår.

NB: Vær likevel varsom ved krysning av veger. Nettopp fordi det er liten trafikk, kan de bilene som er ute, kjøre fortere enn normalt. Det vil også kunne være biler med deltagere på veg til løpet.

Telefonnummeret til løpsleder vil være trykket på kartet dersom det skulle skje noe.

Kvitteringssystem EMIT. Det er en blanding av hengende stemplingsenheter og stemplingsenheter på bukk. Postkodene vil være tydelig på bukkene, men vil på de hengende enhetene kun være skrevet med liten skrift på selve enheten. Postene henger ikke tett.

Kart Sprintnorm 1:5 000. Synfart 2010–2015, Revidert 2015. Format: A3
En del mindre anleggsområder er ikke avmerket på kartet.

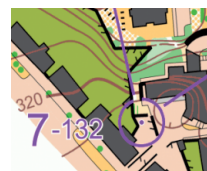
Terreng Bymiljø. De to lengste løypene har vegvalg med en kortere strekning gjennom skog/sti. Ellers asfalt/grus med noen korte strekninger over plen.

NB: Ved regn kan det være glatt i enkelte partier av løypa

Piggskoforbud Av hensyn til områder med tredekke, er det forbudt med piggsko eller sko med knottpig. Løypene kan fint gjennomføres med vanlig joggesko.

Forbudte områder Vi ber om at løperne bidrar til fair play samt å bevare O-sportens gode navn og rykte ved å løpe utenom forbudte områder som hager og anleggsområder og ikke krysse hekker og gjerder som i kartet er tegnet som forbudt.

Postbeskrivelser Det blir ikke tilbudt løse postbeskrivelser på start, men de som ønsker det kan laste ned PDF med postbeskrivelser på Eventor og printe ut dette selv.



Premiering Trondheim Urban T-skjorter til de 3 beste i hver klasse opp til D/H 21-. Øvrige klasser har T-skjorte til vinneren.

T-skjorter som er til overs etter premieutdelingen selges til 150,- per stk.

Klasser og Løyper

Løype:	Klasser:	Est. vinnertid:	Ant. poster:	Stigning
9,2 km	H21-, D21.	40-50 min	27	180 m
8,3 km	D17-20, H17-20, D40-, H40-	40-50 min	23	175 m
6,5 km	D15-16, H15-16 D55-, H55- Åpen Mellom	30-40 min	15	135 m
4,3 km	D13-14, H13-14 D65-, H65- Åpen Kort	25-30 min	12	30 m

NB: For dere som løper "Åpen-Mellom", vær oppmerksom på at det i tegnforklaringa på kartet står "Åpen-Lang".